* (1) Ar dabartiniame darbe pasieki viską, ką nori ir kada nori?
  1. Taip, visada.
  2. Taip, dažniausiai.
  3. Man – visiškai prastai, nieko nepasiekiu.
* (1) Ar dabartinis darbas yra tavo svajonių darbas?
  1. Taip, be abejonių! Mano dabartinis darbas – mano svajonių darbas!
  2. Panašu į svajonių darbą, bet kartais suabejoju.
  3. Tikrai ne. Mano dabartinis darbas nei kiek nepanašus į mano svajonių darbą.
* (1) Ar dabartiniame darbe gauni gerą atlygį?
  1. Taip. Atlygis yra idealus, kartais net atrodo, kad gaunu daugiau nei reikia.
  2. Atlygis geras, bet norėtųsi, kad būtų šiek tiek didesnis.
  3. Atlygis visiškai netenkina, jaučiuosi išnaudojamas.
* (2) Ar tenkina dabartinių romantinių-intymių santykių kokybė?
  1. Mūsų su partneriu santykiai – idealūs! Labai mylime vienas kitą, mums nieko nestinga.
  2. Mūsų santykiai – visumoje, geri. Tačiau būna, kad kartais „atvėstam“, „atitolstam“.
  3. Tokių santykių visiškai nėra, jaučiuosi visiškai vieniša/vienišas.
* (2) Ar sutari su kolegomis, bendradarbiais, klientais?
  1. Sutariame puikiausiai.
  2. Dažniausiai sutariame, nors pasitaiko visko.
  3. Nesutariame. Visad stringame, situacija – tragiška.
* (2) Ar sekasi su kitais žmonėmis apsijungus bendrai veiklai, darbui, projektui, pan.?
  1. Nuolat puikiausiai!
  2. Eigoje būna įvairiausių nesutarimų, bet galop viskas išsisprendžia.
  3. Niekas nesigauna, jeigu tik imuosi kokios veiklos su kitais, viskas iš karto sugriūna.
* (3) Kokia yra tavo sveikatos būklė?
  1. Puikiausia sveikata! Praktiškai niekuomet nesergu. Jaučiuosi kaip niekad sveikai!
  2. Yra keletas problemėlių su sveikata, bet nieko rimto.
  3. Sveikata – prasta. Nuolat sergu, niekaip negaliu išsveikti...
* (3) Kokie yra tavo santykiai su šeimos-giminės nariais?
  1. Puikūs. Labai harmoningi ir tvarūs santykiai.
  2. Gan geri, bet kai kur yra įtampa.
  3. Neturiu šeimos-giminės, santykiai tarp manęs ir šeimos-giminės „atšalę“ bei „sustingę“.
* (3) Ar dalyvauji bendruomenės-visuomenės veiklose?
  1. Taip, aktyviai dalyvauju. Taip pat padedu organizuoti įvykius ir pan.
  2. Taip, kartais.
  3. Ne. Man labiau rūpi mano reikalai. Man neįdomu ką veikia kiti.
* (4) Ar pavyksta gyventi pagal asmenines vertybes, prioritetus?
  1. Taip. Nuolat darau tai, kas jaučiu, kad yra teisinga. Niekada sau nenusižengiu.
  2. Stengiuosi, bandau. Dažniausiai – pavyksta, bet kartais – ne.
  3. Ne. Arba aš niekad apie tai nesusimąsčiau.
* (4) Ar pakanka turimų daiktų bei kito materialinio turto?
  1. Taip. Turiu viską kas reikalinga. Jokio trūkumo nejaučiu.
  2. Taip. Gal kartais kažko pritrūksta, bet tiek to...
  3. Ne. Man labai daug ko trūksta.
* (4) Ar tave tenkina savi pasiekimai?
  1. Taip. Aš didžiuojuosi savimi bei savo pasiekimais!
  2. Taip. Nors manau, kad pasiekta per mažai, turėčiau daryti daugiau.
  3. Ne. Aš nieko nepadarau kaip noriu. Nieko nepasiekiu, nepasiekiau ir nepasieksiu.
* (6) Ar pakankamai keliauji? Ar nukeliauji į vietas, apie kurias svajoji?
  1. Taip, aplankau daugiau nei pusę tų vietų, apie kurias užsisvajoju.
  2. Aplankyta pora tokių vietų, nedaug.
  3. Nekeliauju. O jeigu ir tenka keliauti, tai ne savo noru ir ne ten, kur norėčiau.
* (6) Ar jauti ryšį su savo vidumi – dvasia?
  1. Taip. Labai stiprus ryšys.
  2. Kartais atrodo, kad jaučiu, o kartais, kad – ne.
  3. Nežinau ir nesuprantu apie ką klausimas. Jokio tokio ryšio nežinau, nejaučiu, nepatyriau.
* (6) Kai prireikia pagalbos (dideli ar maži poreikiai), ar žmonės, ne šeimos nariai, padeda?
  1. Taip. Net prašyti nereikia. Visi labai pasiaukojantys, paslaugūs.
  2. Taip. Bet tik tuomet, kai pasiprašau.
  3. Ne. Kiti žmonės nepadeda man. Aš savarankiškai viską tvarkausi.
* (7) Ar gerai sutari su vaikais?
  1. Taip! Man labai patinka leisti laiką su vaikais! Mes šauniai sutariame.
  2. Būna įvairiai. Visokių vaikų yra, būna, kad nesutariam su kai kuriais...
  3. Nesutariu su vaikais. Nei aš jiems patinku, nei jie man patinka. Vengiu vaikų.
* (7) Ar esi įsitraukęs į kokią nors kūrybą?
  1. Taip. Aš – kūrybingas žmogus, nuolat užsiimu kokiais nors menais, kažką vis kuriu.
  2. Taip. Kuriu, bet nebent tik namuose arba darbe.
  3. Ne man kūryba. Aš nesu kūrybos žmogus.
* (7) Ar kada veiki ką nors linksmo, ekspromtu? Šiaip sau, kad tiesiog linksmiau tą akimirką būtų?
  1. Taip. Kiekvieną savaitę pridarau ką nors linksmo.
  2. Kartais. Labai retai.
  3. Neturiu kada linksmintis, o ir nenoriu. Aš į viską rimtai žiūriu.
* (8) Ar tau sekasi mokytis?
  1. Taip. Puikiausiai! Man labai patinka mokytis ką nors.
  2. Taip. Bet tik kai kurie dalykai. Ne viskas man sekasi, patinka.
  3. Man visiškai nesiseka mokytis. Net nesimokau, nėra prasmės.
* (8) Ar kada skiri laiko pabūti ramybėje? Pvz. tylūs pasivaikščiojimai, meditacija, pan?
  1. Taip, kasdien.
  2. Kartais.
  3. Ne. Aš nuolat užsiėmęs bei skubu, neturiu laiko ramiems dalykams.
* (8) Ar tavo priimami sprendimai tave nudžiugina?
  1. O taip! Beveik nuolatos!
  2. Kartais.
  3. Aš nežinau nei ko aš noriu, nei ko man reikia.
* (9) Ar esi pažįstamas su daug žmonių?
  1. O taip! Esame pažįstami su daugybe žmonių.
  2. Kažkiek pažįstų. Bet aš geriau jaučiuosi artimųjų rate.
  3. Nedaug. Aš dažniausiai būnu vienas.
* (9) Ar kiti žmonės gerai atsiliepia apie tave?
  1. Taip. Visada. Aš visiems labai patinku.
  2. Dažniausiai. Žinau, yra kam ir nepatinku.
  3. Ne. Aš nepatinku kitiems.
* (9) Ar savo darbo-veiklos-profesinėje srityje esi gerai žinomas žmogus?
  1. Taip. Praktiškai kiekvienas mane žino, puikiai atsiliepia apie mane.
  2. Taip. Bet dar ne toks, koks norėčiau būti.
  3. Vos keletas žmonių žino, kad iš viso egzistuoju.